取扱説明書 品質保証書付き

OMRON

オムロン 婦人用電子体温計
MC-652LC 口中用

医療機器認証番号：223AGBZX00261A01

All for Healthcare

オムロン商品をお買い上げいただき、ありがとうございます。

より便利にお使いいただくために、はじめに『スタートアップガイド』をお読みください。
安全に正しくお使いいただくため、ご使用前にこの取扱説明書を必ずお読みください。
本書は、いつもお手元においてご使用ください。
本書は品質保証書を兼ねています。紛失しないように保管してください。
※ 本書に記載しているイラストはイメージ図です。

ホームページ http://www.healthcare.omron.co.jp/
※ 通信料はお客さまご負担となります。
（別売品・消耗品は、インターネットでもお求めいただけます。）

製造販売元 オムロン ヘルスケア株式会社
〒617-0002 京都府向日市寺戸町九ノ坪 53 番地

オムロン健康商品・修理・別売品・消耗品に関するお問い合わせは

オムロン お客さまサービスセンター ダイヤルは正確に
電話 0120-30-6606 通話料無料
FAX 0120-10-1625 通信料無料
受付時間 9:00～19:00 月～金（祝日を除く）
都合によりお休みをいただいたり、受付時間帯を変更させていただくことがありますのでご了承ください。

健康サポートサービスのお問い合わせ

サポートデスク
http://wellnesslink.jp/support/
お問い合わせの内容により、回答までにお時間をいただく場合があります。あらかじめご承知ください。

5344818-0A

次のものが入っていますか?

1. 本体
2. お試し用電池（本体に内蔵）
   ※ リチウム電池 CR2032×1 個
3. スタートアップガイド
4. 取扱説明書（本書：品質保証書付き）
   ※ 品質保証書は裏面についています。
   紛失しないようにしてください。
5. 医療機器添付文書・EMC 技術資料

この体温計の使い方 MC-652LCはこのような流れで使います。

1 健康サポートサービスに登録する

『スタートアップガイド』を参照してください。

※ 登録しなくてもお使いいただけますが基礎体温のデータは記録されません。

2 基礎体温を測る

（4ページ）

■ 毎朝1回、基礎体温を測る
舌下で検温します。1日のうち最初の測定値が自動的に記録されます。

3 測定値を見る

（4ページ）

■ 本体で見る

■ データ転送してアプリやサービスで見る

各部の名前

表示部
LED ランプ
プローブ
フラット感温部
通信エリアマーク
（本体背面）
電池カバー
収納ケース
ボタン

表示部

前回値メモリマーク
前回測った体温であることを示します

「ウェルネスリンク」マーク
（『スタートアップガイド』）

電池交換マーク
◔：予測マーク
◕：実測マーク

画面は全点灯中の表示内容です。
使用中の画面とは異なります。

安全上のご注意 お使いになる前に必ずお読みください。

- ここに示した内容は、商品を安全に正しくお使いいただき、お使いになる人や、他の人々への危害や財産への損害を未然に防止するためのものです。
- 表示と意味は次のようになっています。

■ 警告、注意について

⚠ 警告	誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負うことが想定される内容を示します。
⚠ 注意	誤った取り扱いをすると、人が傷害を負ったり物的損害*の発生が想定される内容を示します。

*物的損害とは、家屋・家財および家畜・ペットに関わる拡大損害を示します。

■ 図記号の例

必ず守る	●記号は強制（必ず守ること）を示します。（左図は“必ず守る”）
禁止	⦸記号は禁止（してはいけないこと）を示します。（左図は“禁止”）

⚠警告

乳幼児の手の届かないところに保管してください。また、お子様だけでのご使用はさけてください。
自分で無理に測ろうとしてけがをする原因になります。

電池や電池カバーは乳幼児の手の届かないところに置いてください。
乳幼児が電池や電池カバーを飲み込む恐れがあります。飲み込んだときは、すぐ医師の治療を受けてください。

病院内や航空機内など電波の使用が制限されている環境下ではBluetooth® 通信をOFFにしてください。

（必ず守る）

検温結果の自己診断や治療はしないでください。医師の指導に従ってください。
自己診断は、病気が悪化する原因になります。

人の検温以外に使用しないでください。
動物などを無理に測ろうとすると、暴れてけがをする原因になります。

（禁止）

複数の人で共用しないでください。
病原菌に感染する原因になります。

本商品は口中用の体温計です。それ以外（わきや耳など）で検温しないでください。
正しい検温ができません。耳などを傷つける原因になります。

本体が水などでぬれた状態で検温しないでください。
正しい検温ができません。病気が悪化する原因になります。

感温部を含むプローブをかみ切らないでください。
事故や故障の原因になります。万一、感温部をかみ切った場合は、すぐに医師に相談してください。

電池を加熱したり、火の中に入れたりしないでください。
破裂などにより、けがの原因になります。

医療機器（ペースメーカーなど）の装着部位から22ｃm以内に近づけないでください。

（禁止）

⚠注意

指定の電池を使ってください。
発熱や液漏れ、破裂などにより本体の破損や、けがの原因になります。

電池の⊕⊖極を正しく入れてください。
発熱や液漏れ、破裂などにより本体の破損や、けがの原因になります。

本体を収納ケースに入れる際は、本体の向きが正しいことを確認してください。
無理に入れようとすると、本体や収納ケースが破損して、けがの原因になります。

本体は防水ではありません。本体内部に水などが入らないようにしてください。
測定値に誤差が生じたり、故障の原因になります。

周囲温度が10～40℃のところに、1分以上おいてから使用してください。
測定値に誤差が生じる原因になります。

（必ず守る）

強い静電気や電磁波のある場所、磁石等の近くで使用しないでください。
測定値に誤差が生じたり、故障の原因になります。

本体や収納ケースに強い衝撃を与えたり、落としたり、踏んだりしないでください。
- 破損してけがをする原因になります。
- 故障の原因になり、正しい検温ができなくなる恐れがあります。

転送時以外は、収納ケースをパソコンなどの電子機器に近づけないでください。
パソコンなどの電子機器の故障の原因になります。

（禁止）

収納ケースを分解して磁石を取り出さないでください。
磁石が破損してけがをする原因になります。

分解や修理、改造をしないでください。
測定値に誤差が生じたり、故障の原因になります。

（分解禁止）

お願い
- 収納ケースを破損、紛失した場合は、お使いいただけません。オムロンお客さまサービスセンターまでお問い合わせください。
- 使用済み電池や本体の廃棄方法は、お住まいの市区町村の指導に従ってください。

基礎体温を正しく測るために

- 目が覚めたら、すぐ床の中で測る。
  飲食しない。起き上がらない。できる限り動かない。
- 毎朝、できる限り同じ時刻に測る。

データ転送について

- 本商品は電波法に基づく工事設計認証を受けた 2.4GHz 帯小電力データ通信システムの無線設備です。
  本商品を改造、分解、本体記載の認証番号を消さないでください。電波法に抵触する恐れがあります。
- 本商品を本商品と同じ周波数を使用した無線 LAN、電子レンジ、無線機器などの周辺でご使用になりますと、本商品との間で電波干渉が発生する可能性があります。電波干渉が発生した場合、使用しない機器を停止するか、本商品の使用場所を変えるなど電波干渉の生じない環境でご使用ください。
- 電波を使用している関係上、第三者が故意または偶然に傍受する事も考えられます。機密を要する重要な事柄や人命に関わることには使用しないでください。
- 本商品は日本国内専用です。日本国外で使用しないでください。日本国外で使用されると、その国の電波法に抵触する恐れがあります。
- スマートフォンの取扱説明書をよく読んでから使用してください。故障の原因になります。
- 通信中は IC カードなど他の通信媒体、金属、磁石など磁界を発生させるものを通信エリアマークに近づけないでください。故障やデータ破損の原因になります。
- 通信中に本体の電池を交換しないでください。故障やデータ破損の原因になります。

電波干渉に関するご注意

本商品の使用周波数帯では、電子レンジ等の産業・科学・医療用機器のほか、他の同種無線局、工場の製造ライン等で使用される移動体識別用構内無線局、および免許を要しない特定小電力無線局、アマチュア無線局等（以下、「他の無線局」と略す）が運用されています。

1. 本商品を使用する前に、近くで「他の無線局」が運用されていないことを確認してください。
2. 万一、本商品と「他の無線局」との間に電波干渉が発生した場合は、速やかに使用場所を変えるか、商品の使用を停止（電波の発信を停止）してください。
3. その他、電波干渉の事例が発生した場合など何かお困りのことが起きたときは、サポートデスクまでお問い合わせください。

次のマークは電波の種類と干渉距離を表しています。

体温計の正しいあてかた

体温計を正しくあてて測らないと、精度の高い測定値が得られない場合があります。

- **舌下のつけ根の左右どちらかにあてる**
- **毎朝、同じポイントで測る**
  口中でも場所によって温度が異なります。
- **舌で押さえて口を閉じる**
- **体温計がずれないように手で支える**
- **検温中は口を開かない**
- **口で呼吸しない**

使い方

1 健康サポートサービスに登録する

この体温計は、健康サポートサービスに登録することで、体温計の設定（アラーム、ブザー音、バックライト）や測定記録の管理がおこなえ、さまざまな健康管理サービスを利用することができます。

健康サポートサービスへの登録方法は、『スタートアップガイド』を参照してください。

2 基礎体温を測る

① 本体を収納ケースから取り出す
自動的に電源が入ります。

表示部が全点灯
バックライト点灯

前回測った体温が表示される
◔：前回予測検温値
◕：前回実測検温値

②「L」が表示されたら、感温部を舌下のつけ根にあて、口を閉じる

口内舌下の検温ポイント

体温計の向き
表示部が正面
表示部が横

「L」が表示されれば検温準備完了

検温スタート
バックライト消灯

【こんなときは】
- 外気温（周囲環境温度）が 32℃を超えると感温部が温まり、温度を表示する場合があります。この場合は、感温部を冷やしてから検温してください。
- 検温中に体温計がずれたときは「ピー」というブザーでお知らせします。一度収納ケースに入れて電源を切り、30 秒以上間隔をあけてから、測り直してください。
  ※ この機能は、予測検温中のみ働きます。

③ 約10秒後にブザーが鳴ると、予測検温が終了する

健康サポートサービスをご利用の場合は、1日のうち最初の測定値が自動的に記録されます。
その記録された測定から3分以内に再び測定を始めた場合は、最新の測定値が記録されます。

検温が終了すると、「◔」と「℃」が点灯
バックライトが30 秒間点灯

【こんなときは】
予測エラーが表示されるときがあります。
裏面「おかしいな?と思ったら」を参照してください。

実測検温をする場合

※ より厳密な検温が必要な場合は、実測検温をおすすめします。

③の予測検温が終わっても、そのまま舌下にあて続けてください。
約5分後にブザーが鳴ると、実測検温終了です。

検温が終了すると、「◕」が点灯
バックライトが30 秒間点灯

3 測定値を見る

■ 本体で検温結果を確認し、収納ケースに入れてください。
※ 収納ケースに入れずに保管すると、電源が入ったままの状態になりますので電池寿命が短くなります。
■ 測定値はデータ転送してアプリやサービスで確認します。

データ転送方法は、『スタートアップガイド』を参照してください。
※ iPhoneで登録された場合、収納ケースに入れるとLEDランプが点滅し通信待機状態になります。

電池の寿命と交換

電池交換マークが表示されたら電池を交換してください。

使用電池：リチウム電池 CR2032　1 個

付属の電池はお試し用です。早めに寿命が切れることがあります。

点滅：電池残量が少なくなっています。

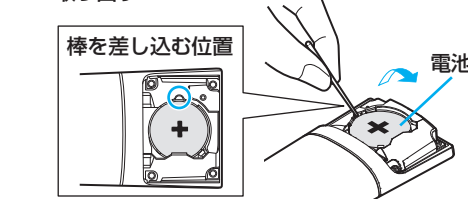
点灯：電池残量がなくなりました。測定できません。

電池交換マーク

表示部

交換のしかた

1. 本体背面の▲を矢印の方向に押しながらスライドさせて、電池カバーを外す

2. つまようじ等の細くて折れにくい棒で電池を取り出す

※電池が飛び出すことがありますので、注意してください。

3. 電池を（⊕を上にして）、図のように入れる

①⊕面が上

②ツメの下に入れて押さえる

4. 電池カバーを元どおりに取り付ける

5. アプリやサービスをご利用の場合、データ転送して日付と時刻を設定する

Bluetooth® 通信をOFFにする方法

体温計の電池カバーを外し、ボタンを 5 秒間押してください。

Bluetooth® 通信を OFF にすると体温計の表示が図のように変わります。

ピーー！

oFF

ボタン

重要 下記のような無線機器の使用が禁止された区域では、本体の *Bluetooth*® 通信をOFFにしてください。
- 航空機に乗るとき
- 病院にいるとき
- 日本国外にいるとき

iPhone との設定を解除したい場合も *Bluetooth*® 通信を OFF にしてください。

お手入れと保管

体温計は、口中で測定するためいつも清潔にお手入れしてください。

- 本体の汚れは、乾いたやわらかい布で拭き取ってください。
- 汚れがひどいときは、やわらかい布を水またはぬるま湯に浸し、よく絞ってから拭き取ってください。
- アルコールを使って汚れを拭き取る場合、表示部にかからないようにしてください。
- 次のことを守ってください。故障の原因になります。
  - 汚れを落とすときは、ベンジン、シンナーなどを使用しないでください。
  - 本体は、防水ではありません。本体内部に、水などが入らないように注意してください。
  - 体温計の感温部を、アルコールに浸したり、熱湯（50℃を超える湯）で消毒しないでください。
  - 超音波洗浄をしないでください。
  - 水気が付いたままで収納ケースに入れないでください。必ず、乾いた布で拭き取ってください。

体温計は、収納ケースに入れて保管してください。

- 収納ケースに磁気テープ、磁気カード、フロッピーディスク等を近づけないでください。内蔵されている磁石の影響で磁気記録された内容が損なわれる原因となります。
- 次のようなところには保管しないでください。故障の原因になります。
  - 水のかかるところ。
  - 高温・多湿、直射日光、ほこり、塩分などを含んだ空気の影響を受けるところ、暖房器具のそば。
  - 化学薬品の保管場所や腐食性ガスの発生するところ。

おかしいな？と思ったら

■ 検温値が高い。

ここを確認する	処置のしかた
飲食したり、起きあがってしまった。	起床直後、何もしない状態で測ってください。

※ 検温結果が 42℃を超える場合は、「H」表示となります。

■ 検温値が低い。

ここを確認する	処置のしかた
口中が冷えていませんか。	口をしばらく閉じて温めてから検温してください。
連続して検温していませんか。	一度収納ケースに入れて電源を切り、30 秒以上間隔をあけてから、もう一度検温してください。

※ 検温結果が 32℃未満の場合は、「L」表示となります。

■ 検温値がばらつく。

ここを確認する	処置のしかた
下記のように測っていませんか。 ● 体温計が動いて、感温部がずれた。 ● 感温部をあてるポイントが測るごとに違う。 ● 検温中に口を開けた。	「基礎体温を正しく測るために」、「体温計の正しいあてかた」を確認してください。

■ 検温準備完了時に「L」表示が出ない。

32.50

感温部の温度が 32℃未満のときに「L」表示します。
32℃以上の場合は実際の温度を表示します。

ここを確認する	処置のしかた
連続して検温していませんか。	一度収納ケースに入れて電源を切り、30 秒以上間隔をあけてから、もう一度検温してください。

■ 何も表示しない。

ここを確認する	処置のしかた
電池の⊕⊖の向きが間違っていませんか。	電池を正しく入れ直してください。
● 電池が消耗していませんか。 ● 表示部に「電池交換マーク」が表示されませんでしたか。	新しい電池（CR2032）1 個と交換してください。

■ エラー表示が出た。

表示	エラー表示の原因	処置のしかた
Er.00 ※数字は0～11を表示	本体が故障している可能性がある。	オムロンお客さまサービスセンターまでお問い合わせください。
AH	体温計が約 40℃を超えるところに保管してあった。	10℃～40℃の部屋に最低 1 分間は置いてから、検温してください。
AL	体温計が約 10℃未満のところに保管してあった。	
Err	予測検温中に温度上昇の分析・演算に障害が生じた。	「体温計の正しいあてかた」を確認してください。 そのまま測り続けて実測検温をおこなうか、一度収納ケースに入れて電源を切り、30 秒以上間隔をあけてから、測り直してください。
- - - - ※予測検温中のみ	体温計を正しくあてていない。	「体温計の正しいあてかた」を確認してください。 一度収納ケースに入れて電源を切り、30 秒以上間隔をあけ、感温部を冷やしてから、測り直してください。

■ マークが点滅／点灯した

ここを確認する	処置のしかた
記録した測定値をある一定期間以上転送しないまま残していませんか。	データ転送をしてください。 （☞『スタートアップガイド』）

- *Bluetooth*® のワードマークは、**Bluetooth SIG,Inc.** が所有する登録商標であり、オムロン ヘルスケア（株）は、これらのマークをライセンスに基づいて使用しています。
- iPhone は Apple Inc. の商標です。
  iPhone の商標は、アイホン株式会社のライセンスに基づき使用されています。
- Android は Google Inc. の商標または登録商標です。
- ウェブサイト・アプリの仕様および本書に記載されている内容は、予告なしに変更することがあります。

おかしいな？と思ったら

■データ転送ができない

ここを確認する		処置のしかた
強い磁力や電波の発生するものの近くでデータ転送していませんか。		電波の影響を受けない場所で、もう一度データ転送をおこなってください。
体温計の通信エリアマークとスマートフォン、USB 通信トレイのマークとが合っていない、または距離が離れすぎていませんか。		体温計とスマートフォン、USB 通信トレイのマークを合わせる、または通信可能な距離まで近づけてください。
表示部に「電池交換マーク」が点灯していませんか。		新しい電池（CR2032）1 個と交換してください。
1 日に複数回測っていませんか。		基礎体温として記録された測定値以外は転送されません。（「基礎体温を測る」手順③を参照してください）
iPhone の場合	**Bluetooth**® 通信が OFF になっていませんか。	ボタンを押して、再度機器登録を行ってください。
	機器と iPhone の距離が離れすぎていませんか。	間に障害物がないことを確認のうえ、iPhone を近づけてください。

なぜ約10秒で測れるの？（予測検温のしくみ）

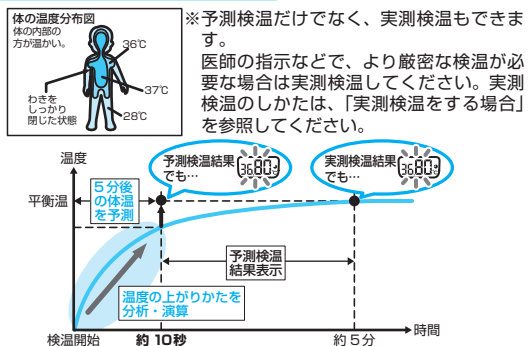
■ 体温とは・・・

体温とは、体深部の温度のことです。この体深部の温度を舌下で知るためには温度変化のなくなった体温（平衡温）で測る必要があります。

※予測検温だけでなく、実測検温もできます。
医師の指示などで、より厳密な検温が必要な場合は実測検温してください。実測検温のしかたは、「実測検温をする場合」を参照してください。

■ 5分後の体温を約 10秒で予測する

一般的に舌下で平衡温を測るには約5分間かかります。オムロンのMC-652LCは、検温開始から温度の上がりかたを分析・演算することにより、約10秒で約5分後の体温を予測することができます。

※ 体の内部と同じくらいに温まったときの温度を「平衡温」といいます。

基礎体温とは

基礎体温は、運動や飲食、強い精神的作用などがないとき（体が最も安静な状態のとき）の体温です。
基礎体温は毎朝、目が覚めてすぐ起き上がる前に、寝たまま口の中で測ります。なるべく同じ時間に検温することをおすすめします。数ヶ月記録すると、自分の基礎体温曲線がわかります。

基礎体温の曲線

女性の体温は、病気や重いストレスがあるときなどを除けば、ほぼ0.3～0.5℃の間で周期的に変化しています。月経が始まると体温が低くなり、月経終了後もしばらく体温が低い状態が続きます。これを低温期といいます。また、排卵日を境にして低温から高温になり、次の月経が始まる直前まで体温が高い状態が続きます。これを高温期といいます。
低温期と高温期がはっきりしているのが正常な基礎体温です。ただ、実際には一定できれいな線を描けるとは限りません。たとえば、前日の体調や睡眠、食事の内容などで基礎体温は微妙に変化することもあります。

一般的な基礎体温曲線　体温の高さは個人差があります。

基礎体温でわかること

体温を毎日測ると、自分の体のリズム（体温の変化）がわかります。このリズムを知ることで、排卵の有無や月経の時期、妊娠しやすい時期など、体の状態を知ることができます。
なお、これまでの体温の変化と少しでも違うなと感じた場合や、病気が疑われるような場合は、必ず産婦人科医に相談してください。

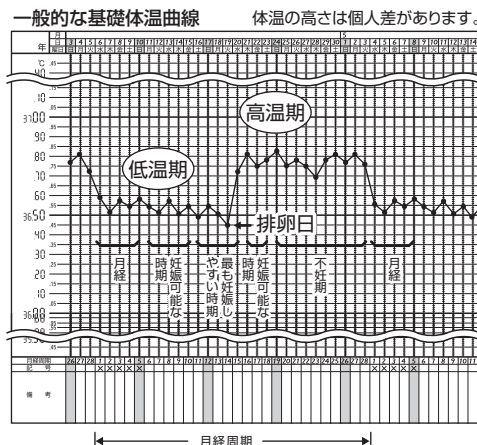
妊娠を望むなら…

排卵後の卵子の寿命は24時間程度、また精子の受精能力は約3日間です。
したがって、排卵日の3日前から1日後の5日間が、最も妊娠しやすい時期といえます。

妊娠を避けたいなら…

避妊を望むなら高温になって3日目から次の月経までが妥当といえます。
理論的には最も妊娠しやすい5日間だけ注意すればいいのですが、実際は精子の受精能力が強い場合や、卵子の寿命が2日間以上続く場合もあります。
妊娠を避けたい場合は、必ず他の避妊方法も併用してください。

妊娠の早期判断は…

排卵日より数えて21日目になっても体温が高く、月経が来ないときは妊娠と考えられます。しかし、薬の服用や体調などにも影響される場合がありますので、正しい妊娠の診断は産婦人科医に相談してください。

※ 基礎体温曲線（体温の変化）には個人差があります。
上記パターンにあてはまらない場合は、産婦人科医にご相談ください。

仕様

項目	内容
販売名	オムロン 婦人用電子体温計 MC-652LC
医療機器認証番号	223AGBZX00261A01
類別	機械器具 16 体温計
一般的名称	電子体温計
医療機器分類	管理医療機器
電源電圧	DC 3V（リチウム電池 CR2032×1 個）
電池寿命	約９カ月*（室温 23℃、1 日 1 回／５分検温、1 日 1 回データ転送をおこなった場合）
感温部	サーミスタ
測定方式	予測・実測（ピークホールド方式）
体温表示	4 桁＋℃表示、0.01℃ごと
通信方式	NFC-F（ISO/IEC 18092 準拠）、**Bluetooth**® Version 4.0 (Low Energy support)
Bluetooth® 通信距離	約 10m*
測定精度	±0.05℃（35.00 ～ 38.00℃）、±0.10℃（32.00 ～ 34.99℃，38.01 ～ 42.00℃） （標準室温 23℃にて、恒温水槽で実測測定した場合）
測定範囲	32.00～42.00℃
使用環境温湿度	周囲温度：+10～+40℃、相対湿度：30～85%RH
保管環境温湿度	周囲温度：−20～+60℃、相対湿度：10～95%RH
本体質量	約 33g（収納ケース、電池含む）
外形寸法	39（幅）×103（長さ）×16（厚さ）mm
付属品	● お試し用電池（リチウム電池 CR2032×1 個、内蔵） ● スタートアップガイド ● 取扱説明書（本書：品質保証書付き） ● 医療機器添付文書・EMC 技術資料

* 通信距離、電池寿命は、通信機器間の距離や障害物、電波状況、お使いの機器の使用状況などにより変化します。また、電波状況により通信が切断される場合があります。

EMC 適合　本商品は EMC 規格　IEC 60601-1-2：2007 に適合しています。

保証規定

1. 取扱説明書、本体貼付ラベル等の注意書きにしたがった正常な使用状態で、お買い上げ後 1 年以内に故障した場合には無償修理または交換いたします。
2. 無償保証期間内に故障して修理を受ける場合は、オムロンお客さまサービスセンターにご連絡ください。
3. 無償保証期間内でも次の場合には有償修理になります。
   （イ）使用上の誤りおよび不当な修理や改造による故障および損傷。
   （ロ）お買い上げ後の落下などによる故障および損傷。
   （ハ）火災、地震、水害、落雷、その他の天災地変、公害や電源の異常電圧、指定外の使用電源（電圧、周波数）などによる故障および損傷。
   （ニ）品質保証書の提示がない場合。
   （ホ）品質保証書にお買い上げ年月日、お客さま名、販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き替えられた場合。
   （ヘ）消耗部品。
   （ト）故障の原因が本商品以外に起因する場合。
   （チ）その他取扱説明書に記載されていない使用方法による故障および損傷。
4. 品質保証書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保管してください。
5. 品質保証書は本規定に明示した期間、条件のもとにおいて無償保証をお約束するものです。
   したがってこの保証書によってお客さまの法律上の権利を制限するものではありません。
6. 補修用部品は製造打ち切り後、最低 6 年間保有しています。

品質保証書

このたびは、オムロン商品をお買い求めいただきありがとうございました。商品は厳重な検査をおこない高品質を確保しております。しかし通常のご使用において万一、不具合が発生しましたときは、保証規定によりお買い上げ後、一年間は無償修理または交換いたします。

※ 商品の保証は、日本国内での使用の場合に限ります。
This warranty is valid only in Japan.

※ 以下につきましては、必ず販売店にて、記入捺印していただいてください。

販売名　**オムロン 婦人用電子体温計 MC-652LC**	お買い上げ店名　㊞
ご芳名	住　所
ご住所	
	TEL　（　　）
TEL　（　　）	お買い上げ年月日　　年　　月　　日

製造販売元 **オムロン ヘルスケア株式会社**　〒617-0002 京都府向日市寺戸町九ノ坪 53 番地